

令和4年度 第1期

まだまだ老け込まない!!

健康な体づくりを!!

40歳からの

# 筋力UP!!教室

実施日 令和4年 4月27日  
5月11日、18日、25日  
6月 8日、15日、22日、29日  
(水曜日) 全8回

時間 13:30~15:00

会場 清水総合運動場 剣道場

対象 40歳から74歳までの人  
(医師から運動を止められていない方)

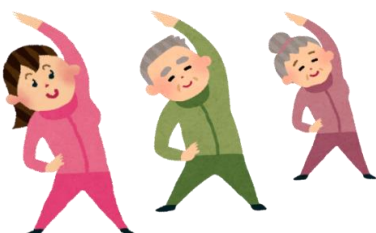
受講料 4,000円

定員 20名

持ち物 運動のできる服装、タオル、飲み物、体育館シューズ、マスク

申込み 4月13日(水) 9:00より~申込順

清水総合運動場体育館窓口へ(マスク着用にて) ※(公財)静岡市体育協会は、  
4月から(公財)静岡市スポーツ協会に名称変更します。



お問合せ

清水総合運動場

清水区清開2丁目1-1

電話 054-334-5049